

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-06-22 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Filet zapiekany na maśle - wędlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ogórek kiszony 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), Potrawka z kurczaka 180g (GLUTEN, SELER), Marchew oprószana 120g (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczerek: Kisiel z jabłkiem 200g,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Wieprzowinka w galarecie 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 13g, Pomidorki " koktailowe" (ok.40g), Herbata 250ml, Serek topiony 17,5g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2551.86 kcal; Białko ogółem: 89.59 g; białko zwierzęce: 49.30 g; Tłuszcz: 80.62 g; Węglowodany ogółem: 394.32 g; Sód: 1478.84 mg; Potas: 3899.70 mg; Magnez: 352.23 mg; Wapń: 513.85 mg; Żelazo: 11.34 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2693.89 ug; Błonnik pokarmowy: 31.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.08 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.30 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 25.59 g; suma cukrów prostych: 75.22 g;		
sobota 2024-06-22 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Filet zapiekany na maśle - wędlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g, Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa grysikowa 400g(1,9) (GLUTEN, SELER), Potrawka z kurczaka 180g(1,7,9) (GLUTEN, SELER), Marchew oprószana 120g(1) (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczerek: Kisiel z jabłkiem 200g,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Wieprzowinka w galarecie 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 13g, Pomidorki " koktailowe" (ok.40g), Herbata 250ml, Serek topiony 17,5g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2072.80 kcal; Białko ogółem: 76.60 g; białko zwierzęce: 49.16 g; Tłuszcz: 75.46 g; Węglowodany ogółem: 289.52 g; Sód: 1140.29 mg; Potas: 3637.19 mg; Magnez: 244.37 mg; Wapń: 466.34 mg; Żelazo: 8.32 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2785.49 ug; Błonnik pokarmowy: 20.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.63 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.16 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 25.10 g; suma cukrów prostych: 70.20 g;		
sobota 2024-06-22 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Chleb razowy 100g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Filet zapiekany na maśle - wędlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ogórek kiszony 70g, Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa grysikowa 400g(1,9) (GLUTEN, SELER), Potrawka z kurczaka 180g(1,7,9) (GLUTEN, SELER), Sałatka wielowarzywna 120g (SELER), Ziemniaki gotowane 200g, Sos jarzynowy 100g(9,1,7) (GLUTEN, SELER), Kompot 200ml, Podwieczerek: Kisiel z jabłkiem 200g,	chleb krojony mały 70g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Wieprzowinka w galarecie 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidorki " koktailowe" (ok.40g), Mix sałat 13g, Herbata 250ml, Serek topiony 17,5g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2089.73 kcal; Białko ogółem: 77.86 g; białko zwierzęce: 49.15 g; Tłuszcz: 73.79 g; Węglowodany ogółem: 299.35 g; Sód: 1287.16 mg; Potas: 3469.39 mg; Magnez: 306.90 mg; Wapń: 460.44 mg; Żelazo: 9.21 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 902.69 ug; Błonnik pokarmowy: 23.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.21 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.50 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 23.61 g; suma cukrów prostych: 70.88 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-06-22 Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIAÇA		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Filet zapiekany na maśle - wędlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Dżem porcja 1szt. 25g , pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	Zupa grysikowa 400g(1,9) (GLUTEN, SELER), Potrawka z kurczaka 180g (GLUTEN, SELER), Marchew oprószana 120g(1) (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem 200g ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Wieprzowinka w galarecie 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidorki "koktailowe" (ok.40g) , Mix sałat 13g , Herbata 250ml , Serek topiony 17,5g (MLEKO),
<p>Wartości odżywcze: Energia: 2171.05 kcal; Białko ogółem: 80.98 g; białko zwierzęce: 53.46 g; Tłuszcz: 77.51 g; Węglowodany ogółem: 305.17 g; Sód: 1203.54 mg; Potas: 3852.94 mg; Magnez: 262.62 mg; Wapń: 639.59 mg; Żelazo: 8.50 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2801.74 ug; Błonnik pokarmowy: 20.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.82 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.25 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 25.74 g; suma cukrów prostych: 84.58 g;</p>		
niedziela 2024-06-23 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Parówki drobiowe wiedeńskie 80g , Musztarda 20g (GLUTEN, SELER, GORCZYCA), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa rosół z makaronem 400g (GLUTEN, JAJ, SELER), udko z kurczaka duszone 180g (GLUTEN), Sałatka z kapusty czerwonej 120g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , ciastka kruche 30g (MLEKO, GLUTEN), Podwieczorek: Wafelek 42g(1szt.) ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Kielbasa krotoszyńska 40g , Sałatka z ;sałaty lodowej i rzodkiewki 70g , Herbata 250ml ,
<p>Wartości odżywcze: Energia: 3537.30 kcal; Białko ogółem: 133.09 g; białko zwierzęce: 85.03 g; Tłuszcz: 151.53 g; Węglowodany ogółem: 440.27 g; Sód: 3359.83 mg; Potas: 4903.83 mg; Magnez: 437.24 mg; Wapń: 644.03 mg; Żelazo: 17.29 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 728.83 ug; Błonnik pokarmowy: 32.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.92 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 25.60 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 63.98 g; suma cukrów prostych: 98.58 g;</p>		
niedziela 2024-06-23 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Parówki drobiowe wiedeńskie 80g , pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa rosół z makaronem 400g(1,3,9) (GLUTEN, JAJ, SELER), Udko z kurczaka gotowane 180g(9) (GLUTEN, SELER), Sałatka z jarzyn gotowanych 120g(9) (SELER), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , ciastka kruche 30g (MLEKO, GLUTEN), Podwieczorek: Wafelek 42g(1szt.) ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Kielbasa krotoszyńska 40g , Sałatka z: pomidora i sałaty lodowej 70g , Herbata 250ml ,
<p>Wartości odżywcze: Energia: 3078.03 kcal; Białko ogółem: 117.50 g; białko zwierzęce: 84.89 g; Tłuszcz: 153.22 g; Węglowodany ogółem: 330.12 g; Sód: 3118.07 mg; Potas: 4516.97 mg; Magnez: 316.47 mg; Wapń: 551.77 mg; Żelazo: 13.98 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2262.55 ug; Błonnik pokarmowy: 23.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.96 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 23.60 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 67.32 g; suma cukrów prostych: 96.00 g;</p>		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-06-23		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Chleb razowy 100g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Parówki drobiowe wiedeńskie 80g , pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa rosół z makaronem 400g(1,3,9) (GLUTEN, JAJ, SELER), Udko z kurczaka gotowane 180g(9) (GLUTEN, SELER), Sałatka z kapusty czerwonej 120g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok warzywny 200ml ,	chleb krojony mały70g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Kiełbasa krotoszyńska 40g , Sałatka z: pomidora i sałaty lodowej70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2690.72 kcal; Białko ogółem: 113.55 g; białko zwierzęce: 80.80 g; Tłuszcz: 132.37 g; Węglowodany ogółem: 289.10 g; Sód: 3140.37 mg; Potas: 4833.73 mg; Magnez: 380.43 mg; Wapń: 538.98 mg; Żelazo: 15.11 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 983.03 ug; Błonnik pokarmowy: 28.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.43 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 25.28 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 56.29 g; suma cukrów prostych: 61.90 g;		
niedziela 2024-06-23		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Parówki drobiowe wiedeńskie 80g , Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: banan 1szt ,	Zupa rosół z makaronem 400g(1,3,9) (GLUTEN, JAJ, SELER), Udko z kurczaka gotowane 180g(9) (GLUTEN, SELER), Sałatka z jarzyn gotowanych 120g(9) (SELER), Ziemniaki gotowane 200g , Sałatka z kapusty czerwonej 120g , Kompot 200ml , ciastka kruche30g (MLEKO, GLUTEN), Podwieczorek: Wafelek 42g(1szt.) ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Kiełbasa krotoszyńska 40g , Jajko 1 szt (JAJ), Sałatka z ;sałaty lodowej i rzodkiewki70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3742.17 kcal; Białko ogółem: 143.36 g; białko zwierzęce: 101.69 g; Tłuszcz: 151.91 g; Węglowodany ogółem: 484.79 g; Sód: 3348.49 mg; Potas: 7533.81 mg; Magnez: 553.27 mg; Wapń: 892.79 mg; Żelazo: 19.33 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2501.75 ug; Błonnik pokarmowy: 38.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.84 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 20.41 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 63.79 g; suma cukrów prostych: 167.78 g;		
poniedziałek 2024-06-24		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
zupa mleczna z makaronem -muszelki 400ml (MLEKO), chleb krojony mały120,g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), szynka beszkidzka50g , papryka konserwowa70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Ziemniaki gotowane 200g , Sałatka z białej kapusty 120g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pasztet z blachy80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, DWUTLENEK , SOJA, GORCZYCA), Sałatka z rukoli i pomidora70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3425.72 kcal; Białko ogółem: 119.96 g; białko zwierzęce: 59.31 g; Tłuszcz: 129.75 g; Węglowodany ogółem: 433.47 g; Sód: 1718.26 mg; Potas: 5607.12 mg; Magnez: 449.30 mg; Wapń: 955.41 mg; Żelazo: 14.96 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1375.97 ug; Błonnik pokarmowy: 36.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.82 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 22.77 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 60.62 g; suma cukrów prostych: 78.63 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-06-24 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
zupa mleczna z makaronem -muszelki 400ml (MLEKO), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), szynka beskidzka50g , pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	rosół z lanym ciastem400ml(1,3,9) (GLUTEN, JAJ, SELER), pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Ziemniaki gotowane 200g , szpinak na gęsto120g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Szynka drobiowa40g , Sałatka z rukoli i pomidora70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2877.02 kcal; Białko ogółem: 118.91 g; białko zwierzęce: 70.65 g; Tłuszcz: 109.44 g; Węglowodany ogółem: 327.32 g; Sód: 1899.81 mg; Potas: 4422.56 mg; Magnez: 351.19 mg; Wapń: 851.54 mg; Żelazo: 13.78 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1882.22 ug; Błonnik pokarmowy: 19.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.16 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 16.36 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 49.21 g; suma cukrów prostych: 74.35 g;		
poniedziałek 2024-06-24 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
zupa mleczna z makaronem -muszelki 400ml (MLEKO), Chleb razowy 100g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), szynka beskidzka50g , papryka konserwowa70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Sałatka z białej kapusty 120g , ziemniaki gotowane200g. , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb krojony mały70g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), pasztet z blachy80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, DWUTLENEK, SOJA, GORCZYCA), Sałatka z rukoli i pomidora70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3037.96 kcal; Białko ogółem: 109.77 g; białko zwierzęce: 59.85 g; Tłuszcz: 128.62 g; Węglowodany ogółem: 346.02 g; Sód: 1622.33 mg; Potas: 5445.01 mg; Magnez: 419.94 mg; Wapń: 969.55 mg; Żelazo: 13.15 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1372.97 ug; Błonnik pokarmowy: 31.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.74 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 21.81 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 60.40 g; suma cukrów prostych: 75.39 g;		
poniedziałek 2024-06-24 Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIĄCA		
zupa mleczna z makaronem -muszelki 400ml (MLEKO), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), rogal (GLUTEN, JAJ), Jogurt owocowy 1szt (MLEKO), pomidor 70g , Szynka beskidzka 30g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: kiwi 1szt. ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Ziemniaki gotowane 200g , pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), szpinak na gęsto120g , sałatka z białej kapusty100g , Kompot 200ml , Podwieczorek: budyń200ml (MLEKO, GLUTEN),	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), pasztet z blachy80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, DWUTLENEK, SOJA, GORCZYCA), Sałatka z rukoli i pomidora70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3282.97 kcal; Białko ogółem: 123.17 g; białko zwierzęce: 66.86 g; Tłuszcz: 135.65 g; Węglowodany ogółem: 420.92 g; Sód: 2704.72 mg; Potas: 6375.84 mg; Magnez: 477.36 mg; Wapń: 1319.44 mg; Żelazo: 16.62 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2502.87 ug; Błonnik pokarmowy: 31.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.87 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 21.97 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 65.71 g; suma cukrów prostych: 96.01 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
wtorek 2024-06-25 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
zupa mleczna z kaszą manną 400g (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka drobiowa 40g, Jajko 1 szt (JAJ), sałata zielona (2 listki -0k 30g), Ogórek kiszony 40g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), pulpet gotowany 100g (GLUTEN, JAJ, SELER), Sos pomidorowy 100g (MLEKO, GLUTEN), buraki 150g, ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jabłko pieczone 150,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg z pietruszką 70g (MLEKO), Kiełbasa szynkowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 3281.29 kcal; Białko ogółem: 130.70 g; białko zwierzęce: 79.87 g; Tłuszcz: 103.84 g; Węglowodany ogółem: 491.48 g; Sód: 4258.35 mg; Potas: 6419.67 mg; Magnez: 521.94 mg; Wapń: 940.53 mg; Żelazo: 21.46 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1654.39 ug; Błonnik pokarmowy: 40.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.78 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.99 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 34.21 g; suma cukrów prostych: 122.47 g;		
wtorek 2024-06-25 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
zupa mleczna z kaszą manną 400g(1,7) (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Szynka drobiowa 40g, sałata zielona (2 listki -0k 30g), Ogórek kiszony 40g, Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g(1,7,9) (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), pulpet gotowany 100g (GLUTEN, JAJ, SELER), Sos pomidorowy 100g (MLEKO, GLUTEN), buraki 150g, Ryż brązowy na sypko 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jabłko pieczone 150,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z pietruszką 70g (MLEKO), Kiełbasa szynkowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2678.23 kcal; Białko ogółem: 103.73 g; białko zwierzęce: 67.23 g; Tłuszcz: 92.56 g; Węglowodany ogółem: 384.51 g; Sód: 4690.85 mg; Potas: 4493.86 mg; Magnez: 413.18 mg; Wapń: 855.90 mg; Żelazo: 15.21 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1426.89 ug; Błonnik pokarmowy: 29.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.37 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.20 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 30.59 g; suma cukrów prostych: 119.34 g;		
wtorek 2024-06-25 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
zupa mleczna z kaszą manną 400g(1,7) (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 100g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Szynka drobiowa 40g, Jajko 1 szt (JAJ), sałata zielona (2 listki -0k 30g), Ogórek kiszony 40g, Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g(1,7,9) (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), pulpet gotowany 100g (GLUTEN, JAJ, SELER), buraki 150g, Ryż brązowy na sypko 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jabłko pieczone 150,	chleb krojony mały 70g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z pietruszką 70g (MLEKO), Kiełbasa szynkowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2805.23 kcal; Białko ogółem: 116.80 g; białko zwierzęce: 79.47 g; Tłuszcz: 101.23 g; Węglowodany ogółem: 390.69 g; Sód: 4120.48 mg; Potas: 4703.54 mg; Magnez: 484.83 mg; Wapń: 908.82 mg; Żelazo: 18.61 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1546.74 ug; Błonnik pokarmowy: 36.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.60 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.19 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 33.64 g; suma cukrów prostych: 117.33 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-06-25		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIĄCA		
zupa mleczna z kaszą manną 400g(1,7) (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Szynka drobiowa 40g , Jajko 1 szt (JAJ), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Ogórek kiszony 40g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Deser budyniowy 1szt. ,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), pulpet gotowany 100g (GLUTEN, JAJ, SELER), Sos pomidorowy 100g (MLEKO, GLUTEN), buraki 150g , Sos pomidorowy 100g (MLEKO, GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Jabłko pieczone 150 ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z pietruszką 70g (MLEKO), Kiełbasa szynkowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2724.03 kcal; Białko ogółem: 112.68 g; białko zwierzęce: 79.98 g; Tłuszcz: 112.89 g; Węglowodany ogółem: 336.40 g; Sód: 4833.30 mg; Potas: 4609.38 mg; Magnez: 350.43 mg; Wapń: 898.75 mg; Żelazo: 16.80 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1803.04 ug; Błonnik pokarmowy: 23.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.13 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.66 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 70.13 g; suma cukrów prostych: 121.29 g;		
środa 2024-06-26		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały 120.g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty 40g (MLEKO), Rzodkiewka 40g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie 100g (GLUTEN), marchewka oprószana 150g (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Kiwi 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kiełbasa krakowska 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Twaróg 80g (MLEKO), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2942.86 kcal; Białko ogółem: 140.84 g; białko zwierzęce: 96.84 g; Tłuszcz: 91.13 g; Węglowodany ogółem: 422.23 g; Sód: 2257.19 mg; Potas: 5419.73 mg; Magnez: 487.52 mg; Wapń: 1121.30 mg; Żelazo: 14.00 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3073.84 ug; Błonnik pokarmowy: 36.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.31 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.27 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 29.88 g; suma cukrów prostych: 74.57 g;		
środa 2024-06-26		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Dżem 50g , Twaróg 70g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Rzodkiewka 40g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie 100g (GLUTEN), marchewka oprószana 150g (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Kiwi 1szt. ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pomidor 70g , Szynka bartnika 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2146.20 kcal; Białko ogółem: 107.98 g; białko zwierzęce: 79.44 g; Tłuszcz: 59.39 g; Węglowodany ogółem: 315.15 g; Sód: 1393.44 mg; Potas: 4832.22 mg; Magnez: 357.56 mg; Wapń: 734.59 mg; Żelazo: 9.13 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2969.64 ug; Błonnik pokarmowy: 24.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.81 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.58 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 17.94 g; suma cukrów prostych: 89.44 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-06-26		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty 50g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Rzodkiewka.40g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie100g (GLUTEN), Fasolka szparagowa z bułką tartą 120g (GLUTEN, ROŚ), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Kiwi 1szt. ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kielbasa krakowska40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Twaróg80g (MLEKO), pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2401.94 kcal; Białko ogółem: 130.58 g; białko zwierzęce: 100.40 g; Tłuszcz: 86.71 g; Węglowodany ogółem: 300.40 g; Sód: 2029.51 mg; Potas: 5028.00 mg; Magnez: 423.61 mg; Wapń: 1226.98 mg; Żelazo: 11.77 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1042.19 ug; Błonnik pokarmowy: 28.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.89 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.10 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 28.95 g; suma cukrów prostych: 69.27 g;		
środa 2024-06-26		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Twaróg70g (MLEKO), Dżem 50g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Rzodkiewka.40g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLUTEN, SELER), Kotlet drobiowy 120g (GLUTEN, JAJ), Marchew oprószana 120g (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: kiwi 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kielbasa krakowska40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ser żółty40g (MLEKO), pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2784.79 kcal; Białko ogółem: 122.51 g; białko zwierzęce: 88.96 g; Tłuszcz: 102.43 g; Węglowodany ogółem: 367.53 g; Sód: 1891.29 mg; Potas: 5013.12 mg; Magnez: 389.03 mg; Wapń: 1207.68 mg; Żelazo: 11.69 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2792.38 ug; Błonnik pokarmowy: 27.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.16 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.64 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 39.12 g; suma cukrów prostych: 97.07 g;		
czwartek 2024-06-27		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twarożek ze szczypiorkiem 70g (MLEKO), Szynka zielonogórska40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 13g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Jabłko 60g ,	Żurek 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO), Potrawka z kurczaka 180g (GLUTEN, SELER), Sałatka z kapusty czerwonej 120g , Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Nektaryna ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Serek topiony 17,5g (MLEKO), Filet zapiekany-wedlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ogórki konserwowe70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2710.67 kcal; Białko ogółem: 114.22 g; białko zwierzęce: 74.90 g; Tłuszcz: 90.65 g; Węglowodany ogółem: 387.97 g; Sód: 2258.22 mg; Potas: 4297.16 mg; Magnez: 384.32 mg; Wapń: 866.39 mg; Żelazo: 12.16 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 664.81 ug; Błonnik pokarmowy: 32.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.56 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.50 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 30.80 g; suma cukrów prostych: 92.31 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-06-27		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Twaróg 70g (MLEKO), Szyńka zielonogórska 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 13g, Jabłko pieczone 150, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ziemniaczana 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Potrawka z kurczaka 180g (GLUTEN, SELER), Buraki 150g, Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml, Podwieczorek: Nektaryna,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Filet zapiekany-wedlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2383.44 kcal; Białko ogółem: 99.75 g; białko zwierzęce: 70.95 g; Tłuszcz: 78.25 g; Węglowodany ogółem: 338.37 g; Sód: 1915.46 mg; Potas: 3678.57 mg; Magnez: 272.46 mg; Wapń: 700.50 mg; Żelazo: 9.38 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 925.05 ug; Błonnik pokarmowy: 21.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.56 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.09 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 26.18 g; suma cukrów prostych: 104.52 g;		
czwartek 2024-06-27		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), Chleb razowy 100g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twarożek ze szczypiorkiem 70g (MLEKO), Szyńka zielonogórska 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 13g, Jabłko 60g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Żurek 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO), Potrawka z kurczaka 180g (GLUTEN, SELER), Sałatka z kapusty czerwonej 120g, Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml, Podwieczorek: Nektaryna,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Filet zapiekany-wedlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Serek topiony 17,5g (MLEKO), ogórki konserwowe 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2557.63 kcal; Białko ogółem: 110.00 g; białko zwierzęce: 74.84 g; Tłuszcz: 91.12 g; Węglowodany ogółem: 352.98 g; Sód: 2251.37 mg; Potas: 4268.22 mg; Magnez: 386.08 mg; Wapń: 862.35 mg; Żelazo: 11.73 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 664.81 ug; Błonnik pokarmowy: 32.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.51 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.85 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 30.88 g; suma cukrów prostych: 91.90 g;		
czwartek 2024-06-27		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Twarożek ze szczypiorkiem 70g (MLEKO), Szyńka zielonogórska 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 13g, Jabłko 60g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Wafelek 42g(1szt.),	Żurek 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO), Potrawka z kurczaka 180g (GLUTEN, SELER), Brokuł z wody 100g, Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml, Podwieczorek: Nektaryna,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Serek topiony 17,5g (MLEKO), Filet zapiekany-wedlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2904.79 kcal; Białko ogółem: 115.40 g; białko zwierzęce: 78.85 g; Tłuszcz: 110.12 g; Węglowodany ogółem: 383.88 g; Sód: 2169.33 mg; Potas: 4176.07 mg; Magnez: 326.58 mg; Wapń: 874.98 mg; Żelazo: 11.01 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 976.81 ug; Błonnik pokarmowy: 24.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.10 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.08 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 41.11 g; suma cukrów prostych: 119.79 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-06-28 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z makaronem 400g (MLEKO), chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajecznicza (2szt.) (JAJ), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Rukola 13g, Pomidorki "koktailowe" (ok.40g), Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa grochówka 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, ROŚ, GORCZYCA), ryba smżona 100g (GLUTEN, JAJ, RYB), Ziemniaki gotowane 200g, Sałata zielona 80g (GORCZYCA), Kompot 200ml, Podwieczorek: Banan 1szt,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Pol.drobiowa z koperkie 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ser żółty 40g (MLEKO), pomidor 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 3541.83 kcal; Białko ogółem: 143.53 g; białko zwierzęce: 82.82 g; Tłuszcz: 103.58 g; Węglowodany ogółem: 561.97 g; Sód: 2441.50 mg; Potas: 7872.10 mg; Magnez: 690.49 mg; Wapń: 1134.57 mg; Żelazo: 20.71 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1535.74 ug; Błonnik pokarmowy: 46.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.10 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 18.34 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 37.62 g; suma cukrów prostych: 131.88 g;		
piątek 2024-06-28 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z makaronem 400g(1,3,7) (MLEKO), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg 70g (MLEKO), Rukola 13g, Pomidorki "koktailowe" (ok.40g), Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	rosół z lanym ciastem 400ml(1,3,9) (GLUTEN, JAJ, SELER), ryba gotowana 100g (MLEKO, GLUTEN, SELER, RYB, GORCZYCA), Sos jarzynowy 100g(9,1,7) (GLUTEN, SELER), Bukiet jarzyn 150g (SELER), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Banan 1szt,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Pol.drobiowa z koperkie 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2623.94 kcal; Białko ogółem: 112.69 g; białko zwierzęce: 73.68 g; Tłuszcz: 55.88 g; Węglowodany ogółem: 443.84 g; Sód: 1371.39 mg; Potas: 6617.09 mg; Magnez: 484.27 mg; Wapń: 767.92 mg; Żelazo: 11.63 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2401.19 ug; Błonnik pokarmowy: 32.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.88 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.42 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 16.22 g; suma cukrów prostych: 135.09 g;		
piątek 2024-06-28 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z makaronem 400g(1,3,7) (MLEKO), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Jajecznicza (2szt.) (JAJ), Rukola 13g, Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Pomidorki "koktailowe" (ok.40g),	Zupa grochówka 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, ROŚ, GORCZYCA), Ryba gotowana 90g(4,9,10) (SELER, RYB), Sałata zielona 80g (GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Banan 1szt,	chleb krojony mały 70g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), chleb razowo-słonecznikowy 40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Pol.drobiowa z koperkie 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ser żółty 50g(7) (MLEKO), pomidor 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2931.23 kcal; Białko ogółem: 137.26 g; białko zwierzęce: 91.64 g; Tłuszcz: 86.82 g; Węglowodany ogółem: 443.86 g; Sód: 1422.95 mg; Potas: 7617.04 mg; Magnez: 603.38 mg; Wapń: 1208.13 mg; Żelazo: 17.30 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1617.09 ug; Błonnik pokarmowy: 36.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.56 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.38 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 29.05 g; suma cukrów prostych: 130.19 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<p align="center">piątek 2024-06-28 Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIĄCA</p>		
Zupa mleczna z makaronem 400g(1,3,7) (MLEKO), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Jajecznica(2szt.) (JAJ), Rukola13g , Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: banan 1szt ,	rosół z lanym ciastem 400ml(1,3,9) (GLUTEN, JAJ, SELER), Ryba smażona 100.g (GLUTEN, JAJ, RYB), Sałata zielona 80g (GORCZYCA), bukiet jarzyn100g(9) (SELER), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczerek: kisiel ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Ser żółty 40g (MLEKO), Pol.drobiowa z koperkie 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Herbata 250ml ,
<p>Wartości odżywcze: Energia: 3324.77 kcal; Białko ogółem: 140.96 g; białko zwierzęce: 97.61 g; Tłuszcz: 104.64 g; Węglowodany ogółem: 482.77 g; Sód: 1668.32 mg; Potas: 6831.73 mg; Magnez: 526.63 mg; Wapń: 1133.05 mg; Żelazo: 17.24 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2631.24 ug; Błonnik pokarmowy: 33.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.40 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.58 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 39.52 g; suma cukrów prostych: 132.39 g;</p>		
<p align="center">sobota 2024-06-29 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE</p>		
chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka drobiowa 40g , Sałata zielona z rzodkiewką 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), schab duszony 100g (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Ziemniaki gotowane 200g , Kapusta kiszona zasmażana 150g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczerek: Mus owocowy 200g ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kiełbasa szynkowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), papryka czerwona 70g , Herbata 250ml ,
<p>Wartości odżywcze: Energia: 2814.35 kcal; Białko ogółem: 125.99 g; białko zwierzęce: 91.17 g; Tłuszcz: 129.32 g; Węglowodany ogółem: 319.45 g; Sód: 1859.59 mg; Potas: 4787.00 mg; Magnez: 389.39 mg; Wapń: 516.16 mg; Żelazo: 13.99 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1222.51 ug; Błonnik pokarmowy: 34.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.47 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 24.96 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 53.95 g; suma cukrów prostych: 58.56 g;</p>		
<p align="center">sobota 2024-06-29 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE</p>		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szynka drobiowa 40g , Sałata zielona z rzodkiewką 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), schab duszony 100g (GLUTEN, MIĘSO WIEP), szpinak na gęsto 150g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczerek: Mus owocowy 200g ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kiełbasa szynkowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Herbata 250ml ,
<p>Wartości odżywcze: Energia: 2442.50 kcal; Białko ogółem: 120.48 g; białko zwierzęce: 91.14 g; Tłuszcz: 110.61 g; Węglowodany ogółem: 264.80 g; Sód: 1681.04 mg; Potas: 4428.86 mg; Magnez: 357.15 mg; Wapń: 530.42 mg; Żelazo: 14.38 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1847.61 ug; Błonnik pokarmowy: 24.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.16 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 17.13 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 45.14 g; suma cukrów prostych: 57.40 g;</p>		
<p align="center">sobota 2024-06-29 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE</p>		
Chleb razowy 100g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka drobiowa 40g , Sałata zielona z rzodkiewką 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), schab duszony 100g (GLUTEN, MIĘSO WIEP), szpinak na gęsto 150g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczerek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), chleb razowo-słonecznikowy 40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kiełbasa szynkowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), papryka czerwona 70g , Herbata 250ml ,
<p>Wartości odżywcze: Energia: 2516.40 kcal; Białko ogółem: 124.98 g; białko zwierzęce: 95.41 g; Tłuszcz: 115.16 g; Węglowodany ogółem: 268.70 g; Sód: 1774.99 mg; Potas: 4615.21 mg; Magnez: 420.85 mg; Wapń: 690.27 mg; Żelazo: 14.99 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2184.41 ug; Błonnik pokarmowy: 24.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.34 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 19.89 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 45.69 g; suma cukrów prostych: 62.26 g;</p>		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-06-29		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIAĆCA		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szyńka drobiowa 30g, Pasta pomidorowa z twarogu 70g (MLEKO), Sałata zielona z rzodkiewką 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: kiwi 1szt. ,	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), schab duszony 100g (GLUTEN, MIĘSO WIEP), szpinak na gęsto 150g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml , Podwieczorek: Mus owocowy 200g ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Kielbasa szynkowa 30g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ser żółty 30g (MLEKO), pomidor 70g, Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2666.90 kcal; Białko ogółem: 138.97 g; białko zwierzęce: 108.27 g; Tłuszcz: 119.44 g; Węglowodany ogółem: 284.92 g; Sód: 1688.19 mg; Potas: 4873.06 mg; Magnez: 386.80 mg; Wapń: 872.57 mg; Żelazo: 14.93 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1996.06 ug; Błonnik pokarmowy: 27.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.14 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 17.43 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 47.27 g; suma cukrów prostych: 60.55 g;		
niedziela 2024-06-30		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyńka krucha 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ogórek kiszony 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), pieczeń w sosie (100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), surówka z kapusty pekińskiej 100g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Biskopty, Podwieczorek: Nektaryna ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twaróg z rzodkiewką 100g (MLEKO), Kielbasa krakowska 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kielki 13g, Pomidor 60g, Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2835.83 kcal; Białko ogółem: 125.66 g; białko zwierzęce: 86.18 g; Tłuszcz: 93.47 g; Węglowodany ogółem: 347.99 g; Sód: 2797.92 mg; Potas: 4771.76 mg; Magnez: 396.10 mg; Wapń: 585.72 mg; Żelazo: 13.31 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1299.69 ug; Błonnik pokarmowy: 27.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.94 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.27 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 45.19 g; suma cukrów prostych: 78.36 g;		
niedziela 2024-06-30		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szyńka krucha 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), pieczeń w sosie (100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Sałatka z jarzyn gotowanych 150g (SELER), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Biskopty, Podwieczorek: Nektaryna ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kielbasa krakowska 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Twaróg 100g (MLEKO), Kielki 13g, Pomidor 60g, Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2528.90 kcal; Białko ogółem: 118.44 g; białko zwierzęce: 86.06 g; Tłuszcz: 87.64 g; Węglowodany ogółem: 291.95 g; Sód: 2215.91 mg; Potas: 4846.96 mg; Magnez: 310.29 mg; Wapń: 538.10 mg; Żelazo: 11.76 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2290.07 ug; Błonnik pokarmowy: 22.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.42 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.66 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 43.76 g; suma cukrów prostych: 77.50 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-06-30		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka krucha40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ogórek kiszony 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), surówka z kapusty pekińskiej150g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Nektaryna ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twaróg z rzodkiewką 100g (MLEKO), Kiełbasa krakowska40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kiełki13g , Pomidor60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2460.93 kcal; Białko ogółem: 116.79 g; białko zwierzęce: 85.90 g; Tłuszcz: 86.14 g; Węglowodany ogółem: 275.49 g; Sód: 2625.17 mg; Potas: 4639.27 mg; Magnez: 354.75 mg; Wapń: 574.72 mg; Żelazo: 11.66 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1369.43 ug; Błonnik pokarmowy: 23.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.52 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.19 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 42.83 g; suma cukrów prostych: 73.62 g;		
niedziela 2024-06-30		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIAÇA		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szynka krucha40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ogórek kiszony 70g , Serek topiony 17,5g (MLEKO), Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Wafelek 42g(1szt.) ,	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), surówka z kapusty pekińskiej150g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Biskopty , Podwieczorek: Nektaryna ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Kiełbasa krakowska30g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kiełki13g , Kiełbasa krakowska40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Twaróg z rzodkiewką 100g (MLEKO), Herbata 250ml , Pomidor60g ,
Wartości odżywcze: Energia: 3274.38 kcal; Białko ogółem: 138.78 g; białko zwierzęce: 102.73 g; Tłuszcz: 132.26 g; Węglowodany ogółem: 350.39 g; Sód: 3443.74 mg; Potas: 4857.29 mg; Magnez: 347.75 mg; Wapń: 724.09 mg; Żelazo: 12.77 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1478.28 ug; Błonnik pokarmowy: 20.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.15 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.80 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 65.13 g; suma cukrów prostych: 114.45 g;		
poniedziałek 2024-07-01		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka drobiowa40g , ogórki konserwowe70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), filet drobiowy w sosie100g (GLUTEN), buraki 150g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Galartetka 1szt. ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), Kiełbasa krakowska40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2893.83 kcal; Białko ogółem: 128.10 g; białko zwierzęce: 91.84 g; Tłuszcz: 82.55 g; Węglowodany ogółem: 433.87 g; Sód: 2562.10 mg; Potas: 6107.11 mg; Magnez: 474.58 mg; Wapń: 800.32 mg; Żelazo: 17.71 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1140.68 ug; Błonnik pokarmowy: 29.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.45 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.18 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 29.68 g; suma cukrów prostych: 132.25 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-07-01 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szynka drobiowa 40g, Jabłko pieczone 150, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), filet drobiowy w sosie 100g (GLUTEN), buraki 150g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Galartetka 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), serek waniliowy 70g (MLEKO), Kiełbasa krakowska 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g, Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2940.09 kcal; Białko ogółem: 126.48 g; białko zwierzęce: 92.44 g; Tłuszcz: 77.72 g; Węglowodany ogółem: 455.16 g; Sód: 2342.12 mg; Potas: 6039.96 mg; Magnez: 416.54 mg; Wapń: 800.95 mg; Żelazo: 14.79 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 929.98 ug; Błonnik pokarmowy: 26.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.31 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.72 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 27.33 g; suma cukrów prostych: 160.54 g;		
poniedziałek 2024-07-01 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), chleb razowo- słonecznikowy 40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka drobiowa 40g, ogórek kiszony 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), filet drobiowy w sosie 100g (GLUTEN), buraki 150g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Sok warzywny 200ml ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), chleb razowo- słonecznikowy 40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), Kiełbasa krakowska 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g, Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2389.19 kcal; Białko ogółem: 124.32 g; białko zwierzęce: 91.77 g; Tłuszcz: 81.79 g; Węglowodany ogółem: 313.99 g; Sód: 2702.10 mg; Potas: 6201.07 mg; Magnez: 464.94 mg; Wapń: 783.08 mg; Żelazo: 17.14 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1307.68 ug; Błonnik pokarmowy: 28.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.30 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.69 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 29.49 g; suma cukrów prostych: 91.21 g;		
poniedziałek 2024-07-01 Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Dżem porcja 1szt. 25g, Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), szynka drobiowa 30g, ogórki konserwowe 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: kiwi 1szt. ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), kotlet drobiowy 100g (GLUTEN, JAJ), buraki 150g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Galartetka 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), jajko 1\2 szt. (JAJ), Sałatka makaronowa z tuńczyka, kukurydzy, ogórka i szczypiorku (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kiełbasa krakowska 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata 250ml, pomidor 70g ,
Wartości odżywcze: Energia: 3358.73 kcal; Białko ogółem: 123.40 g; białko zwierzęce: 79.80 g; Tłuszcz: 95.85 g; Węglowodany ogółem: 513.09 g; Sód: 2755.09 mg; Potas: 6424.31 mg; Magnez: 470.61 mg; Wapń: 992.06 mg; Żelazo: 17.72 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1056.88 ug; Błonnik pokarmowy: 30.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.67 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 17.12 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 38.52 g; suma cukrów prostych: 149.49 g;		

Dietetyk

.....